

# 청소년의 삶의 질

趙明翰\* · 金正午\* · 權錫萬\*

## 〈목

I. 머리말	VII. 한국 청소년의 삶의 질에 대한 경험적 연구
II. 삶의 질과 그 평가	VIII. 삶의 질과 정서상태간의 관계
III. 삶의 질에 영향을 미치는 요인들	IX. 삶의 질에 대한 인지적 설명 모형의 탐색적 검증
IV. 선행연구들에 나타난 한국청소년의 삶의 질	X. 요약 및 결론
V. 삶의 질에 대한 인지적 설명 모형	

## I. 머리말

발달심리학자 Hall이 1916년에 “청년기”란 책을 발간한 이래 이 시기에 해당되는 청소년들의 행동, 인지 및 정동에 관한 과학적 관심이 본격적으로 시작되었다. 아동들이 고등학교나 대학을 졸업하기까지 계속 교육을 받아야 하고, 부모들에게 경제적으로는 물론 심리적으로 의존하지 않으면 안되기 때문에, 이 시기에 일어나는 급격한 신체적 변화와 이에 따른 성격 및 사회성의 변화 때문에 청소년들의 발달과정에 대한 관심이 더욱 고조되었다. 청년기에는 이차 성특징의 발현으로 신체적 변화가 현저하게 되고 이에 따라 이성에 대한 호기심, 우정관계의 형성 등 사회적응과 관련된 여러 문제들이 제기된다.

특히 청소년들은 자신이 누구이며, 무엇을 할 수 있는지, 자기가 원하는 것이 무엇인지 등을 모색하지만 여러 갈등적인 기대와 인식 때문에 이러한 작업이 쉽게 진행되지 않는, 이른바 정체감 혼란의 시기에 처한다. 특히 우리나라의 경우, 부모의 과도한 교육열 때문에 청소년기의 학생들은 대단한 심리적 압박감, 긴장, 성격부진에 따른 좌절 등을 겪게 된다. 이 모든 경험은 결국

\*서울대학교 교수, 심리학.

청소년 자신과 사회간의 긴장관계를 더욱 고조시키게 된다. 청소년들은 한편으로는 사회를 적극 모방하려 하고, 또 다른 한편으로는 자신의 자유로운 행동과 사고를 구속하려는 환경적 제약으로부터 벗어나려 하는 양가적 감정들을 갖게 된다. 사회규범이나 요구되는 행동양식을 받아 들이지 않으려 하면서도 다른 한편으로는 또래의 문화나 행동양식을 무분별하게 받아들인다. 청소년기의 특징은 한 마디로 다양한 변화와 변형이다.

학업, 성, 우정, 부모와의 관계, 자신의 정체감 확립 등을 포함하여 여러 발달과제를 해결해야하는 이 시기의 청소년들은 자신의 삶에 있어 어느 정도의 만족감, 기쁨, 그리고 부정적 감정들을 경험하고 있는가? 집안형편, 주변 환경, 가정, 오락시설 등 삶의 여러 영역에 있어서 우리나라 청소년들의 만족감, 긍정적 및 부정적 감정은 어떠한가? 청소년 집단을 포함하여 여러 연령집단들을 대상으로 삶의 질을 조사한 Andrews와 Withey(1976)는 미국의 경우 응답자의 연령이 증가함에 따라 경제, 지역공동체, 주변사람, 오락시설 등 삶의 여러 영역에 있어서 만족감이 약간 증가하거나 또는 별다른 변화를 보이지 않음을 발견하였다. 그러나 조사 대상자들에게 지난 해 가장 좋았던 주와 나빴던 주를 10점 척도로 평가하게 한 경우, 미국청소년들은 다른 연령집단들 보다 그 행복감이 변하는 폭이 매우 커다. 그러나 삶의 여러 영역들에 있어 만족감을 평가하게 한 결과, 청소년을 포함한 연령집단들간에 뚜렷한 차이가 없었다. Offer, Ostrov, Howard 및 Atkinson이 미국, 일본, 대만, 이스라엘 등 10개국의 청소년 6,000여 명을 대상으로 한 조사연구(Atkinson, 1988)에서 응답자들의 3/4 정도는 적응을 잘하고 있으며, 전반적으로 행복해하고, 자기를 잘 통제하며, 다른 사람을 아끼고, 자신의 행동이 가져올 결과를 잘 인식하며, 성 그리고 우정관계 등의 여러 문제들에 대해 현실적이고 문제해결적인 태도를 취하고 있음이 밝혀졌다. 그러나 이 조사대상자의 1/4 정도는 슬프고 외로운 감정을 갖게 되는 경우가 빈번하고, 자신의 마음이 텅 비어 있으며 삶의 여러 문제 때문에 힘겨워 한다고 반응하였다. 어떤 청소년들은 심지어 자살에 관한 생각을 해 본 적이 있다고 보고하였다.

청소년기 응답자들이 다른 집단들에 비해 더 행복감을 느끼고 있음을 밝힌 연구들이 있는가 하면, 연령과 이들의 주관적 복지가 아무런 관계가 없음을 보여주는 연구들도 많다(Diener, 1984). 1980년 이전의 연구결과들을 메타 분석한 Stock, Okun, Haring 및 Witter(1983)는 다른 변수들을 통제하건 안하건 간에 연령과 주관적 복지간의 상관이 거의 없음을 발견하였다. 그러나 이러한 결과는 조사마다 다른 연령범위들이 다르고 종단적이 아닌 획단적인 연구방법을 사용했을 뿐만 아니라, 측정된 가설적 구성개념들이 다름으

로 인해서 초래되었을 가능성이 높다(Diener, 1984). 젊은이들이 긍정적·부정적 감정들을 더 강하게 경험하는 반면, 삶에 대한 만족은 연령과 더불어 증가하기 때문에 다른 연령집단들에 비해 청소년기의 삶의 질 구조가 상대적으로 더 복잡하고, 또 흥미로울 것이다.

우리나라의 경우 가족이기주의에 기인하는 것으로 보여지는 자녀의 학업에 대해 갖고 있는 부모의 과도한 기대, 엄청난 교육열, 격심한 입시경쟁 등으로 인해 청소년기의 학생들은 물론 근로청소년들도 상당한 압박감, 좌절, 불안, 불만, 갈등 등을 경험하고 있다. 한국학생의 스트레스를 측정한 황정규(1990)는 동성친구, 학업성적, 교사 순으로 청소년들에게 스트레스를 많이 주고 있음을 보고했다. 학교내외의 과중한 교육 때문에 외국의 경우처럼 비교적 자유로운 환경에서 청소년기를 다양하게 보낼 엄두도 못내며, 자신이 무엇을 할 수 있고 또 어떤 직업이 자신에게 맞을지를 탐색해 볼 가능성마저 부여되지 못하고 있는 실정이다. 따라서 자신의 정체감을 확립함에 있어 우리나라의 청소년들이 외국의 청소년들에 비해 상대적으로 어려움을 겪을 가능성이 크다. 실제로 서독 청소년들의 정체감 성취가 한국 청소년들의 정체감 성취보다 더 높았다(서봉연, 1975). 이러한 결과에 대한 한 해석으로 한국 청소년들의 경우 이 시기에 학업 성취수준을 중심으로 고조되는 개인적 취약성에 가정과 사회에서의 압박감이 상승적으로 작용해서 정체감의 혼미가 심화된 것으로 보인다(서봉연, 1979).

공부로 부모의 기대를 만족시키지 못하는 청소년들의 경우 가정생활, 친구, 여가 및 취미생활, 건강 등 삶의 여러 영역들에서 만족감을 느끼지 못할 것이고, 기쁨, 명랑과 같은 긍정적인 감정보다는 불안, 두려움, 우울과 같은 부정적 감정을 더 자주 경험할 것이다. 한 대학부속병원의 정신과 입원환자 중 청소년이 14%에 달하고 있음이 밝혀 졌는데, 이는 미국의 경우 6%에 비해 월등히 높은 비율이고, 이 환자들 중 입시 및 공부와 관련된 증후군을 보이는 청소년들은 87%로 나타났다(이길홍, 1992). 입시위주의 경쟁상황에서, 또 명문대학의 졸업여부로 장래가 결정되는 지금의 상황에서 우리나라 청소년들의 삶의 질이 상당히 부정적으로 평가될 가능성이 크다. 청소년들을 대상으로 그들의 가치관을 조사한 여러 연구들(예: 김경희, 1981; 김태길, 1977; 정범모, 1983)이 보고되어 있고, 또 이들의 삶의 질을 단편적으로 다룬 연구들(예: 이중한, 1989; 황정규, 1990; 청소년 대화의 광장, 1992)이 있기는 하지만, 그들의 삶의 질을 체계적으로 검토한 연구는 지금까지 시도된 적이 없다. 구체적으로 우리나라 청소년들은 자신의 삶에 대해 어느 정도로 만족하는가? 이들이 삶의 여러 영역들에서 겪는 정서상태는 어떠하며 삶에 대한

만족도와 정서상태간의 관계는 어떠한가? 우리나라 청소년들의 삶의 질을 높이거나 떨어뜨리는 변수들은 무엇인가? 이러한 기본 물음을 중심으로 우리나라 청소년들의 삶의 질 배후의 구조를 밝히는 것이 교육적으로나 실제적으로 매우 중요한 작업이라 하겠다.

## Ⅱ. 삶의 질과 그 평가

인간은 누구나 행복을 추구하며 산다. 고래로 많은 철학자들은 행복의 추구를 인간행위의 가장 궁극적인 동기로 여겨 왔다. 그리고 '국민 최대다수의 최대행복을 보장하는 것이 정부의 궁극적인 목적'이라고 주장한 영국의 철학자 벤담의 말에 잘 표현되어 있듯이, 모든 국가나 사회는 구성원 개개인의 행복, 즉 삶의 질을 최대한으로 증진시키는 것을 가장 기본적인 존재이유로 삼고 있다. 따라서 한 국가나 사회의 기능은 그 구성원 개개인들이 자신의 삶속에서 얼마나 많은 행복을 느끼고 있는지에 의해 평가될 수 있다.

개인이나 사회가 궁극적인 목표로 삼고 있는 행복이란 무엇인가? 개인 및 사회의 행복은 무엇에 근거하여 정의되고 평가될 수 있는가? 이러한 물음은 고대부터 많은 철학자들에 의해 제기되고 사유되어 왔다. 그러나 이러한 물음에 대해 경험적이고 과학적인 연구가 이루어지기 시작한 것은 1960-70년대의 일이다. 복지사회를 추구하는 서구의 산업화된 국가들은 삶의 질에 대한 깊은 관심을 갖게 되고 이에 대한 체계적인 연구가 이루어지게 되었다. 이러한 연구활동은 사회지표운동(Social Indicators Movement)이라는 이름하에 활발히 진행되어 오고 있으며, 심리학과 사회학을 위시한 제반 사회과학에서는 삶의 질(Quality of Life), 주관적 안녕복지(Subjective Well-being), 삶에 대한 만족도(Life Satisfaction), 행복(Happiness) 등의 다양한 용어로 연구되어 왔다. 이 글에서는 삶의 질이라는 용어를 사용하기로 한다.

삶의 질은 어떻게 정의될 수 있는가? 삶의 질에 대한 정의는 크게 3가지 유형으로 나누어 볼 수 있다(Diener, 1984). 첫째의 유형은 삶의 질이 외적 기준이나 조건에 의해 정의될 수 있다는 입장이다. 이러한 입장에서 행복은 주관적인 심리상태가 아니라 어떤 바람직한 속성 및 환경적 조건을 소유한 삶이라고 정의된다. 여기서 바람직한 외적 기준은 물질적 풍요나 사회적 신분과 같은 사회경제적 지표로부터 미덕이나 신성함과 같은 정신적인 가치 등 다양한 것이 될 수 있다. 소득, 구매능력, 교육수준, 여가시간, 건강상태 등의 사회경제적 지표에 의해 개인의 삶의 질을 평가하고 비교하려는 입장이 이러한 부류의 하나이다. 이러한 입장은 한 개인의 삶의 질이 위에서 언급한

사회경제적 지표에 의해 주로 결정된다는 가정에 기초하고 있다. 삶의 질을 외적 기준에 의해 정의하려는 또 다른 부류는 아리스토텔레스와 같이 인간의 행복이 덕있는 삶을 통해 얻어진다는 입장이다. 여기에서 덕있는 삶이 반드시 즐거움을 초래한다는 것을 의미하지는 않는다. 아리스토텔레스는 미덕을 인간의 삶이 판단되는 규범적 표준으로 규정하고 있다. 따라서 아리스토텔레스가 말하는 행복(Eudaemonia)은 현대적 의미에 있어서의 행복이라기보다는 특정한 가치체계로부터 판단된 바람직한 상태라고 할 수 있다. 이러한 행복의 정의는 당사자의 주관적 판단보다는 관찰자의 가치체계가 중시되는 규범적인 정의라고 할 수 있다. 그러나 삶의 질에 대한 현대의 연구자들은 이러한 외적 인 준거들이 삶의 질에 대한 대리적 또는 간접적 지표일 뿐이며 삶의 질은 삶의 체험속에서 내재하는 주관적인 것이라는 입장을 가지고 있다.

삶의 질에 대한 두번째 입장은 한 개인이 자신의 삶에 대해 내리는 인지적 평가를 중시하는 입장이다. 즉 행복은 한 개인이 자신의 삶을 긍정적으로 평가하고 판단하는 상태라는 것이다. 이러한 입장은 “스스로 자신을 행복하다고 생각하지 않는 사람은 행복하지 않다”는 마르쿠스 아우렐리우스의 말에서 극명하게 나타난다. Shin과 Johnson(1978)은 행복을 “자신이 선택한 기준에 의거한 자신의 삶의 질에 대한 전반적 평가”라고 정의하고 있다. 이러한 입장에서 보면 삶의 질은 삶에 대한 만족도를 의미하는 것이라고 할 수 있다. 이러한 입장은 행복을 보편적이고 규범적인 가치보다는 행복한 삶에 대한 개인의 기준에 근거하여 정의한다. 주관적 관점에서 삶의 질을 판단하는 이러한 입장은 근대에 들어서 보편적인 생각이 되어 왔다.

세번째의 정의는 한 개인의 정서적 측면을 강조하는 입장이다. 이러한 정의는 행복이라는 용어가 사용되는 일상적인 방식과 관련되어 있다. 즉 행복은 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정이 우세한 심리상태를 의미한다 (Bradburn, 1969). 이러한 정의는 즐거운 정서적 경험을 강조한 정의라고 할 수 있다. 주관적 안녕복지감은 긍정-부정의 연속선상에서 한 개인이 자신의 삶속에서 이루어지는 경험에 대한 정서적 반응을 지칭하는 개념이다 (Okun, 1987).

그 외에도 한 개인의 정신건강을 강조하여 행복은 정신과적 문제 또는 심리적 스트레스로부터의 해방 및 자유로움이라는 정의도 있다. Stock, Okun 및 Benin(1986)는 삶의 질 또는 주관적 안녕복지를 행복감(Happiness), 사기(Morale), 만족감(Satisfaction)의 3가지 지표에 의해 조작적으로 정의 할 수 있다고 주장한다. 그들에 의하면 행복감은 현재 경험하고 있는 긍정적 정서와 부정적 정서의 비율을 의미하며, 사기는 자신의 삶이 미래에 어떻게

될 것인가에 대한 낙관의 정도로 정의되며, 만족도는 현재 자신의 삶에 대한 긍정적 평가 및 만족하는 정도를 지칭한다.

이상에서 살펴보았듯이, 삶의 질 또는 주관적 안녕복지에 대한 정의는 다양하다. 그러나 삶의 질에 대한 현대의 연구자들은 주로 삶에 대한 만족도 및 긍정적 정서에 의한 정의를 선호해 왔다. 일반적으로 삶의 질 또는 행복은 다음과 같은 3가지 특징을 지닌 것으로 여겨지고 있다. 첫째, 행복은 주관적이라는 것이다. Campbell(1976)에 따르면, 행복은 개인의 경험 내에 존재하는 것이다. 건강, 부, 명예, 육체적 안락 등과 같은 외적 조건은 행복에 영향을 미칠 수 있는 조건이긴 하지만, 그 자체에 행복의 요소가 내재해 있다고 보여지지는 않는다. 둘째, 행복은 삶의 긍정적이고 적극적인 측면을 반영한 것이다. 즉 행복은 삶의 부정적 요소가 없음이 아니라는 것이다. 셋째, 행복은 삶의 제반 요소나 측면에 대한 전반적 평가를 포함한다. 비록 삶의 특정 영역에 대한 만족도나 감정상태가 평가된다 하더라도 행복의 핵심은 한 개인의 삶에 대한 통합적 판단에 있다고 할 수 있다.

사회과학자들이 삶의 질에 관심을 갖고 연구하는 주된 이유를 몇 가지로 나누어 살펴볼 수 있다. 첫째, 사회를 구성하는 구성원들의 삶의 질을 평가하는 객관적인 지표를 마련하려는 것이다. 이러한 지표는 사회나 국가의 전반적인 기능을 평가하고 비교하는 중요한 자료가 될 것이다. 둘째, 사회를 구성하는 여러 집단의 구성원들에 대한 삶의 질을 평가함으로써 사회의 구성집단에 대한 이해를 깊게 하고 나아가서 사회의 불평등양상을 규명하는 중요한 준거가 될 것이다. 셋째, 삶의 질에 대한 평가를 통해 국민 및 사회집단의 요구를 예상하고 미래의 추세를 예측하는 자료가 될 것이다. 이것은 국가나 행정기관이 정책을 입안하는 기초자료가 될 것이다. 마지막으로, 삶의 질에 영향을 미치는 요인들에 대한 과학적인 이해를 통해서 국가와 사회가 국민과 사회구성원의 행복을 증진하기 위해서 해야 할 일에 대한 시사점을 얻을 수 있다.

### Ⅲ. 삶의 질에 영향을 미치는 요인들

삶의 질 또는 행복을 결정하는 요인들은 무엇인가? 삶의 질에 대한 연구들은 여러가지 사회적·심리적·신체적 요인들이 개인의 삶의 질에 영향을 미치고 있음을 보여주고 있다. 여기서는 몇 가지 주요 요인에 대해서 살펴보고자 한다.

## 1. 소 득

소득과 삶의 질간에 긍정적 상관관계가 있다는 많은 연구들이 있다. 교육수준과 같은 관련 변인이 통제된 연구에서도 역시 소득은 삶의 질과 상관을 보인다. 소득에 대한 만족도 뿐만아니라 객관적인 소득액은 삶의 질 즉 행복과 상관을 보인다. 이는 부유한 사람이 더 행복하다는 것을 뜻한다. 그러나 소득액이 행복의 정도를 설명하는 양은 그다지 크지 않다. 그리고 행복에 대한 소득의 영향력은 한 국가내의 구성원들간에는 적용되나, 국가간에는 약화된다. 즉 일본사람들은 인도사람들보다 더 행복하지 않다. 남미사람들은 유럽사람들보다 오히려 더 행복하다. 한 국가의 전반적인 소득향상이 구성원의 행복수준을 높여주지는 않는다. 예를 들어, 미국인들은 1946년부터 1978년에 이르면서 실질적 소득액은 엄청나게 증가했지만 행복감에 대한 보고에서는 그다지 증가를 보이지 않고 있다. Seidman과 Rapkin(1983)은 경제적 불황기에 정신질환이 증가하지만, 이러한 효과는 경제적 불황으로 인해 모든 사람이 영향을 받는 사회보다는 일부의 사람이 더 많은 영향을 받는 사회에서 더욱 크게 나타났다고 보고하고 있다. Morawetz(1977)는 소득이 불평등한 사회는 평등한 사회보다 덜 행복하다고 보고하고 있다. Liang, Kahana 및 Doherty(1980)에 의하면 행복감에 대한 소득의 효과는 분배정의가 이루어지고 있다는 느낌과 상대적 결핍감에 의해 매개된다는 것을 시사하고 한다. 이러한 연구결과들은 삶의 질에 영향을 미치는 것은 단지 평균소득액이나 구매력 뿐만 아니라 소득의 전반적 분포가 중요하다는 것을 시사한다.

## 2. 인구학적 변인들

나이: 젊은 사람이 늙은 사람보다 더 행복하다는 연구가 보고된 적이 있다. 그러나 최근의 연구에 의하면, 행복에 대한 나이의 효과는 거의 없는 것으로 나타나고 있다. Braun(1977)의 연구에 따르면, 젊은 사람들은 긍정적 감정과 부정적 감정 모두에 있어서 더 강하게 느끼고 있지만, 늙은 사람들은 전반적 행복감에서 더 높게 나타났다.

성별: 여자는 부정적 감정을 더 많이 보고하지만 또한 긍정적 감정 역시 더 많이 경험하는 것으로 보고되고 있다. 전반적 행복감과 만족감에 있어서는 남녀간에 거의 차이가 없는 것으로 나타나고 있다. 그러나 성별의 효과는 나이 요인과 상호작용한다는 연구가 있다. 즉 젊은 여자는 젊은 남자보다 더 행복하지만, 늙은 여자는 늙은 남자보다 덜 행복하다는 결과가 보고된 바 있다.

**취업여부:** Campbell 등(1976)의 연구에서 실업자들은 가장 불행한 집단으로 나타났다. 명백한 경제적 곤란이 없는 사람의 경우에도 실업은 행복에 막대한 부정적 영향을 미친다고 보고되고 있다. 실업은 남녀 모두의 행복에 영향을 주고 있다고 보고되고 있다. 직업만족도는 행복과 밀접하게 연관되어 있으며 이에 대한 수많은 연구가 있다.

**교육수준:** 교육수준은 행복에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있으나 그 효과는 그다지 크지 않으며 소득과 같은 다른 변인과 상호작용하여 행복에 영향을 미친다. 여러 가지 요인이 통제되면 교육수준은 행복에 유의미한 효과를 보이지 않는다는 것이 일반적인 결과이다.

**종교:** 행복에 대한 종교의 효과는 상반된 연구결과가 많다. 종교적 신앙과 종교의 중요성 등이 행복감과 긍정적 상관을 보인다는 연구결과가 있는 반면 종교성은 긍정적 정서와 역상관을 보인다는 연구결과도 있다. 교회출석과 종교집단에의 참여가 행복에 영향을 미친다는 연구결과와 그렇지 않다는 연구결과가 병존한다. Spreitzer와 Snyder(1978)는 종교가 65세 미만의 사람들에게는 긍정적인 영향을 미치지만 놀랍게도 65세 이상인 사람에게는 그렇지 않았다고 보고하고 있다. 일반적으로 종교적 신앙과 종교집단에의 참여는 행복에 긍정적 영향을 미치는 것으로 보이나 여러 가지 요인이 종교요인과 상호작용하여 행복에 영향을 주고 있는 듯하다.

### 3. 사회적 행동 및 생활사건

**사회적 활동:** 친구에 대한 만족도와 행복은 상관을 보인다는 여러 연구가 있다. 사회적 활동 및 사회적 접촉이 많은 사람은 더 행복하다. 사랑은 삶의 만족에 대한 중요한 요인일 뿐만아니라 애정생활에 대한 만족도는 삶에 대한 만족도에 대한 강력한 예언지표이다. 그리고 애정관계를 가지고 있다는 것은 삶에 대한 만족도의 유의미한 예언변인이었다.

**생활사건:** 생활사건은 행복감과 일관성있는 상관을 보이고 있으나 상관의 크기는 그다지 크지 않다. 긍정적 사건과 부정적 사건은 독립적인 것으로 나타나고 있으며, 긍정적 사건은 긍정적 감정과, 부정적 사건은 부정적 감정과 관련되어 있는 것으로 보고되고 있다. 그러나 보다 더 중요한 것은 그러한 사건에 대한 대처능력과 통제능력이 행복감과 관련되어 있다.

### 4. 성격적 요인

성격은 행복에 영향을 미치는 중요한 요인으로 여겨져 왔다. 자기존중감

(self-esteem)이 높은 사람은 행복하다는 많은 연구결과가 있다. 자기자신에 대한 만족감은 삶에 대한 만족감과 가장 높은 상관을 보이는 것으로 Campbell 등(1976)의 연구에서 나타났다. 그러나 불행한 기간에는 자기존중감이 감소한다는 사실은 자기존중감과 행복이 서로 양방향적으로 영향을 미치는 것으로 보인다. 행복에 영향을 미치는 다른 성격요인은 외향성 또는 사교성이다. 외향성 또는 사교성이 긍정적 감정과 연관되어 있는 반면 신경증적 성격성향은 부정적 감정과 관련되어 있다는 연구가 보고되고 있다. 그 외에 행복과 정적 상관을 보이는 것으로 보고되고 있는 성격변인으로는 어떤 결과의 원인을 외부보다는 자기자신에게 돌리는 내적 귀인성(internality)이 있으며, 이와 관련된 변인으로는 자신의 삶을 스스로 선택하고 통제하고 있다고 지각하는 정도가 있다. 지능은 사회에서 매우 소중한 자원으로 여겨지기 때문에 행복과 밀접한 연관을 가진 성격변인으로 여겨졌지만, 지능검사에 의해 측정된 IQ는 행복감과 상관이 거의 없는 것으로 나타났다. 그 외에 행복에 영향을 주는 중요한 성격요인으로 최근에 많이 언급되고 있는 것이 양성성(androgyyny)이다. 이는 남성성과 여성성이 어느 한 쪽으로 두드러지기보다는 두 가지를 두루 가지고 있는 성격특성을 말하며 행복감과 상관을 보인다는 연구가 보고되고 있으나 상반되는 연구결과도 있다.

### 5. 신체적 요인

신체적 건강은 그것이 주관적인 것이든 객관적인 것이든 행복과 상관되어 있는 것으로 보고되고 있다. Campbell 등(1976)의 연구에서 응답자들은 신체적 건강을 행복에 가장 중요한 요소라고 평가했지만 행복을 예언하는 데는 8번째로 중요한 요인이었다. 특히 자기 스스로 건강하다고 평가하는 주관적 건강은 행복과 높은 상관을 보인다. 그리고 객관적인 신체적 건강상태는 행복과 유의미한 상관을 보이나 그 크기는 크지 않았다. 또 다른 생물학적 요인으로는 수면이 있는데, 수면불량이 불행감과 연관되어 있다는 연구결과가 있으나 수면과 행복감간의 인과관계는 논란이 되고 있다.

삶의 질에 영향을 미치는 요인은 위에서 간략히 살펴보았듯이 무수히 많다. 그리고 인구학적 변인들로 설명될 수 있는 삶의 질에 대한 변량은 실망스럽게도 매우 작다. 이러한 결과는 연구자들로 하여금 삶의 질에 보다 강력한 영향을 미치는 요인들 즉 성격이나 태도와 같은 심리적 요인에 관심을 갖게 했다. 그러나 삶의 질을 강력하게 설명할 수 있는 한 두 가지 성격변인이 발견되고 있지는 않다. 이는 삶의 질이 몇 가지 요인으로 설명될 수 있는 것이 아니라

무수히 많은 요인들이 영향을 미치고 있기 때문이다.

#### IV. 선행연구들에 나타난 한국 청소년의 삶의 질

한국 청소년들의 삶의 질을 집중적으로 규명한 연구는 없지만, 청소년들을 대상으로 그 가치관, 여가생활, 스트레스사건 등을 다룬 몇 편의 연구들은 한국 청소년의 삶의 질을 짐작하게 하는 자료들을 보고하고 있다. 약 1,400명의 도시와 농촌지역 중학생, 인문고 및 실업고 남녀학생들을 대상으로 한 김형립(1992)의 연구를 보면, 이들의 56%는 즐겁게 사는 것이 삶의 주요 목표라고 생각하고 있었고, 사회봉사를 삶의 목표로 생각한 응답자들은 14%에 지나지 않았다. 이 응답자들의 31%는 화목한 가정의 유지가 보람된 삶이라고 생각하였으며, 22%는 난관의 극복이 보람된 삶이라고 반응하였다. 같은 표본을 대상으로 다른 주제를 연구한 박영신(1992)도 청소년들의 32%는 생활의 재미가, 27%는 가정의 행복이 각기 인생의 주요 목표로 생각하고 있음을 보고하였다. 이 두 연구는 한국 청소년의 삶의 목표가 가정을 중심으로 하는 행복의 추구와 생활의 재미임을 보여주고 있다.

청소년들의 삶의 목표가 이러하지만, 실제 그들의 삶의 질은 그렇지 못함을 시사하는 결과들이 여러 연구들에서 나타난다. 학생 및 근로청소년들을 대상으로 “지난 일 주일간 …… 한 적이 있는지”를 물어본 결과(청소년 대화의 광장, 1992), 인생이 무가치하다는 느낌을 가진 적이 있는 응답자는 학생청소년의 57%, 근로청소년의 69%였고, 무척 참기 어려웠던 일을 겪은 응답자는 학생청소년의 72%, 근로청소년의 80%였으며, 힘들거나 어려운 일을 경험했다고 보고한 응답자는 학생청소년의 60%, 근로청소년의 72%였다. 학생 및 근로청소년의 삶의 질이 부정적임을 보여주는 이 결과와 일치하는 다른 결과들은 황정규(1992)의 연구에서 찾을 수 있다. 약 1,400명의 중고등학생들 중 현재의 자신에 전적으로 만족하는 학생들은 5%에 지나지 않았고, 자신에 대한 만족과 불만이 섞여있는 경우가 64%, 불만은 많지만 어쩔 수 없이 받아들이는 학생들도 24%나 되었다. 이 응답자들의 69%는 이 세상에 대해 무력감을 느끼고 있었고, 또 이들의 64%는 이 세상이 공허하다는 무의미·소외감을 보고하고 있었다.

이러한 결과들을 종합해보면, 조사대상자들이 다르고 각 연구의 목적도 다르지만, 한국 청소년들이 일상생활속에서 경험하는 삶의 질이 매우 빈약함을 짐작할 수 있다. 인생이 무가치하고, 세상에 대해 무기력함을 느끼며, 삶의 의미가 없고, 참기 어려운 일을 많이 겪는다는 이러한 보고들은, 삶에 대한

만족감과 긍정적 감정 및 기대로 특징지워지는 삶의 질에 있어서, 한국 청소년들은 상당히 부정적인 상태에 있음을 시사한다.

김형립(1992), 박영신(1992), 황정규(1992)의 연구와 같은 표본을 대상으로 안귀덕(1992)은 청소년들의 여가활동과 일탈활동을 검토하였다. 여러 문항들에 대한 반응을 바탕으로 그는 청소년들이 평일의 여가시간에 교과공부와 방송청취 외에는 독서활동이나 사회봉사활동 등 다른 활동들을 거의 하지 않는 단조로운 생활을 하고 있음을 밝혀 내었다. 이중한(1989)도 대학생과 근로청소년을 대상으로 한 여러 조사자료를 토대로 청소년들의 일상적 삶이 문화적인 삶으로서의 내용과 여유를 가지지 못하며, 여가시간에도 정신적·육체적 압박감 때문에 문화적 삶의 질적 향상을 위해 노력할 수 없다는 결론을 내렸다.

학생청소년들은 동성친구와 학업성적때문에 스트레스를 많이 받고 있는데 특히 시험실패, 성적부진이나 저하로 애단을 맞을 때 스트레스 강도가 제일 큰 것으로 보고되었다(황정규, 1990). 고등학생들은 이러한 상황에서 미움, 원망, 죽이고 싶음, 증오 등의 격한 감정을 겪는 것으로 밝혀졌다. 학생들은 학교생활에서(38%), 가족 및 가정생활에서(21%) 가장 스트레스를 많이 받고 있다. 이러한 스트레스와 아울러 입시 및 학교성적과 관련된 스트레스 때문에 극단적인 경우, 자살충동을 갖게 될 가능성성이 크다. 이길홍(1992)은 1,400명의 중고등학생들 중 22%가 일시적인 자살충동을 경험했으며 5%는 실제로 자살을 시도해 본적이 있음을 밝혀 내었다. 이러한 결과들을 종합해 보면, 한국의 학생 및 근로청소년들은 그들이 원하고 바람직하게 보는 삶의 목표에 비추어 상당한 불만 및 우울, 불안, 좌절, 분노와 같은 부정적 정서로 짜여진 삶의 질을 경험하고 있으며 이와 함께 불만, 격한 감정 및 스트레스를 심하게 받고 있다고 결론지어야 할 것이다.

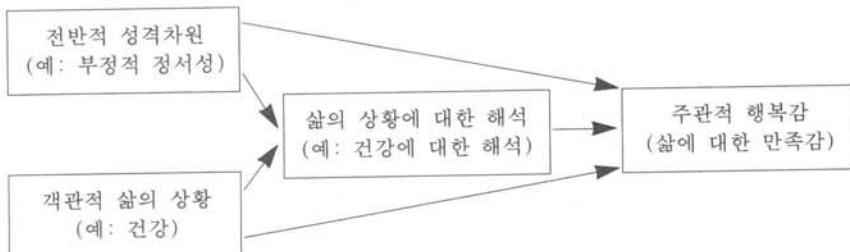
## V. 삶의 질에 대한 인지적 설명모형

전통적으로 삶의 질을 설명하려는 두 가지의 이론적 방향이 있었다. 그 하나는 행복이 즐겁고 괴로운 순간과 경험을 모두 합함으로써 도출되는 주관적 상태라는 입장으로서 상향이론(Bottom-up theory)이라고 불린다. 단순하게 말하면, 이 이론은 한 사람이 행복한 순간과 경험을 많이 갖기 때문에 행복하다는 것이다. 삶에 대한 만족감은 결혼 및 가족생활, 재정상태, 주거상태 등과 같은 삶의 여러 영역에 대한 만족감의 합이라는 입장이다(Campbell, Converse, and Rodgers, 1976). 또 다른 입장은 하향이론(Top-down

theory)이라고 불리우는 것으로서 사람들은 사건이나 상황에 긍정적 또는 부정적으로 반응하는 경향성을 가지고 있으며 이러한 전반적인 성격요인이 행복감을 좌우한다는 입장이다. 이 입장에 따르면, 행복한 사람은 인생의 즐거움을 즐길 수 있기 때문에 행복한 것이지 반드시 그들이 객관적인 의미에서 행복할 수 있는 요소를 더 많이 갖고 있기 때문은 아니라는 것이다. 이러한 하향이론가들(Costa, McCrae and Norris, 1981)은 삶 속에서 일어나는 여러 가지 사건을 긍정적으로 경험하는 전반적인 경향성이 있다고 보고 그러한 성격적 경향성을 찾아내는데 관심을 둔다.

최근에 Brief, Butcher, George 및 Link(1993)는 상향이론과 하향이론을 통합한 모델을 제시하고 있다. <그림 1>에 제시되어 있듯이, 통합모델에 따르면 수입이나 건강과 같은 외적인 요인과 부정적 정서성과 같은 성격요인에 의해 직접적으로 주관적 행복감이 영향받을 수 있으나, 보다 중요한 것은 삶의 상황에 대한 인지적 해석이 매개역할을 함으로써 객관적 삶의 상황과 주관적 행복감간의 연결관계가 좀더 분명하게 드러난다.

이러한 주관적 행복에 대한 통합모델은 우울증에 대한 인지모형(Beck, 1976; Beck, Rush, Shaw and Emery, 1979; Kwon and Oei, 1992)과 매우 유사하다. 심리학자들은 일반적으로 인간의 불행과 정신병리에 더 많은 관심을 가지고 연구해 온 반면, 인간의 행복에 대한 연구는 상대적으로 경시되어 왔다(Diener, 1984). 그 결과, 인간의 불행과 정신병리에 대한 이론은 매우 초보적인 수준에 있다. 필자들은 우울증을 설명하는 통합적 인지모형의 틀을 빌어 Brief 등의 통합모델을 정교화함으로써 인간의 행복에 대한 인지적 모델을 제시하고자 한다. 우울증에 대한 이론적 틀은 삶의 질 또는 행복을 설명하는데 유용하게 응용될 수 있다. 이러한 이론적 틀은 정신병리 및 불행 뿐만이 아니라 인간의 일반적인 감정 및 정서상태를 설명하는 하나의 이론적 틀이 될 수 있기 때문이다.



<그림 1> 주관적 행복감에 대한 통합모형

우울증의 인지이론은 인간의 감정을 결정하는 데 인지가 중요함을 강조한다. 이 이론은 인간의 감정이 외부환경 그 자체에 의해 영향받기보다는 외부 환경에 대한 견해에 의해 영향받는다는 가정에 기초한다. 환경적 자극이나 상황 그 자체는 어떤 특정한 감정 및 행동반응을 유발할 수 있는 필요충분조건을 가지고 있지 않으며, 환경적 조건을 어떤 의미로 받아들이고 해석하느냐에 의해 감정 및 행동의 심리적 반응이 영향받는다고 본다. 이를 달리 말하면, 여러 가지 환경적 자극이나 상황은 인지적 매개과정을 거쳐 정서적 반응으로 나타난다.

우울증에 대한 인지이론에 따르면, 사람들은 스스로에게 잘 의식되지 않을 수는 있으나 환경적 사건과 상황에 의해 어떤 생각이나 심상이 유발되고 이러한 생각이나 심상의 내용이 특정한 감정 및 행동반응을 불러 일으킨다고 본다. 그리고 이러한 생각이나 심상은 의식적인 주의과 노력을 기울이지 않으면 당사자에게 잘 의식되지 않을 수 있으며, 축발사건 또는 자극에 의해 의식되지 않은 채 자동적으로 유발되는 경향이 있다. Beck 등(1979)은 이러한 인지를 자동적 사고(Automatic Thoughts)라고 불렀다. 이러한 자동적 사고는 자기자신, 자신의 미래 및 주변환경을 독특한 방식으로 보는 세 가지의 주된 인지적 패턴 즉 인지삼체(Cognitive Triad)로 구성되어 있다. 우울증을 경험하는 사람들은 환경적 자극이나 상황을 부정적으로 왜곡하여 해석하는 경향이 있으며 흔히 실패, 상실, 손실, 무능함 등의 주제와 관련된 자동적 사고를 가지는 경향이 있다. 이러한 주장은 여러 가지 경험적 연구에서 검증되고 있다. 이러한 주장을 행복에 적용하면, 행복감을 느끼는 사람은 환경적 자극이나 상황에 대해서 긍정적인 사고를 하는 경향이 있으며 그들의 사고내용은 성공, 성취, 유능함 등의 주제와 관련되어 있다고 추론해 볼 수 있다. 즉 행복감을 느끼는 사람은 자기자신, 자신의 미래, 그리고 자신의 주변환경에 대하여 긍정적이고 낙관적인 사고를 하는 긍정적인 자동적 사고내용을 많이 가진 사람이라고 할 수 있다. Kendall, Howard 및 Hays(1989)는 정신적 건강과 성숙은 현실적이고 긍정적인 사고내용이 많은 동시에 긍정적 사고와 부정적 사고가 적절한 비율을 이루는 상태라고 주장하고 있기도 하다.

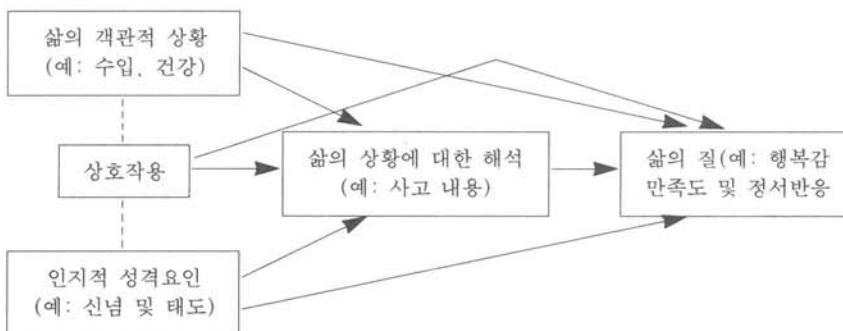
그러면 유사한 환경적 자극의 의미를 사람마다 달리 해석하는 이유는 무엇인가? 유사한 환경적 상황에 대해 어떤 사람은 긍정적인 사고를, 다른 사람은 부정적인 사고를 하게 되는 이유는 무엇인가? 우울증에 대한 인지이론은 인지적 취약성-스트레스 모형(Cognitive Diathesis-Stress Model)에 기초한다. 즉 심리적 장애는 인지적 취약성(또는 병적 소질)을 가진 사람이 스트레스 즉 부정적인 환경적 자극에 직면했을 때 발생된다고 본다. Beck 등

(1979)은 이러한 인지적 취약성을 역기능적 인지도식(Dysfunctional Schema)의 개념으로 설명하고 있다. 인지도식은 한 개인이 주변자극을 선택적으로 받아들이고 자극의 의미를 해석하고 자신의 경험을 나름대로 체계화하는 인지적인 틀을 의미한다. 이러한 인지도식은 어린 시절의 경험에 의해 형성된다고 주장하고 있다. 심리적 장애를 경험하는 사람들은 어린 시절의 경험에 의해 특정한 내용의 인지도식을 형성하고 부정적인 생활사건에 부딪치면서 그 사건의 의미를 특정한 방향으로 왜곡하여 해석하게 되고 결과적으로 심리적 문제를 야기하게 된다고 본다.

Beck 등(1979)은 역기능적 인지도식이 내용 면에서 비현실적으로 완벽주의적이고 융통성없는 신념체계로 이루어져 있다고 보며 Beck는 맥락에 따라서 이를 역기능적 신념(Dysfunctional Beliefs), 역기능적 태도(Dysfunctional Attitudes), 기저가정(Underlying Assumptions) 등의 다양한 용어로 기술하고 있다. 이러한 역기능적 신념의 측정을 위해 Beck는 역기능적 태도척도(Dysfunctional Attitude Scale)를 제작한바 있고, 이는 우울증환자의 기저신념을 측정하기 위한 것이었지만, 여러 연구결과에 따르면 역기능적 신념은 일반적인 정신병리와 관련되어 있는 것으로 보고되고 있다. 이러한 역기능적 신념의 내용은 Ellis가 제시하는 비합리적인 신념과 유사한 내용을 가진다. 이러한 역기능적 신념은 구체적인 사건에 대한 해석내용이 아니라 자기자신, 타인, 그리고 세상 일반에 대한 일반적인 신념으로서 흔히 절대주의적, 당위적, 이상적, 완벽주의적, 요구적이며 융통성이 없는 내용으로 구성되어 있으며 현실적인 삶속에서 실현되기 어려운 것들로 이루어져 있다. 이러한 역기능적 신념은 시간과 상황에 따라 쉽게 변하지 않는 비교적 안정된 성격적 요인으로 간주되고 있다.

이러한 역기능적 신념을 평가하는 역기능적 태도척도(Dysfunctional Attitude Scale: Weissman and Beck, 1978)의 문항 중에는 '사람은 멋지게 생기고 똑똑하고 돈이 많지 않으면 행복해지기 어렵다', '다른 사람의 사랑없이 나는 행복해 질 수 없다', '다른 사람에게 도움을 요청하는 것은 나 약함의 표시이다', '절반의 실패는 전부 실패한거나 다름없다', '다른 사람들로부터 인정을 받으려면 항상 일을 잘 해야만 한다', '한 인간으로서의 나의 가치는 다른 사람의 나에 대한 평가에 달려 있다', '사람들은 언제 나에게 등을 돌릴지 모르기 때문에 믿을 수 없다'와 같은 신념 내용이 포함되어 있다.

이러한 우울증에 대한 인지이론을 기초로 하여 삶의 질 및 행복에 대한 인지적 설명모델을 구성해 볼 수 있다. 이 모델은 삶의 질을 설명함에 있어 인지적인 요인을 강조한다는 점에서 다른 모델과 구별된다. <그림 2>에 이 모델



〈그림 2〉 삶의 질에 대한 인지적 설명모형

이 제시되어 있다.

수입, 건강, 사회적 지위 등 사회경제적 측면을 포함한 삶의 객관적 상황이 삶의 질에 직접적인 영향을 미치기보다는 삶의 상황에 대한 인지적 해석이라는 매개과정을 거쳐 간접적으로 삶의 질에 영향을 미친다. 이러한 매개과정을 도외시할 경우 삶의 객관적 상황은 삶의 질의 극히 일부분 밖에는 설명할 수 없게 된다. 그리고 삶의 객관적 상황에 대한 인지적 해석이 사람마다 다르게 되는 이유는 그들이 각기 다른 인지적 성격요인을 가지고 있기 때문이다. 이러한 인지적 성격요인중의 하나가 역기능적 신념이다. 삶에 대해 융통성 없이 절대주의적이고 완벽주의적이며 요구적인 내용으로 이루어진 역기능적 신념이 높은 사람은 삶의 객관적 상황을 부정적으로 해석하게 되고, 결과적으로 부정적인 정서를 갖게 되어 삶에 대한 만족도가 저하될 것이다. 반면 삶에 대해 유연하고 융통성과 현실성을 지닌 태도를 가진 사람은 삶의 객관적 상황을 긍정적으로 해석하게 되고, 행복감과 긍정적 정서를 갖게 된다. 이 인지모형에서 강조하는 것은 삶에 대한 객관적 상황요인과 인지적 성격요인 어느 하나보다는 두 요인의 상호작용이 삶의 질을 결정하는 데에 있어서 중요하다는 것이다. 달리 말하면 삶의 객관적 상황요인이 삶의 질에 영향을 미치는데 있어서 인지적 성격요인이 중재변인(Moderator)으로 작용한다는 것이다(Kwon, 1992). 그리고 삶의 객관적 상황에 대한 해석은 삶의 질을 결정하는 매개변인(Mediator)으로서 자기자신, 자신의 미래, 주변환경에 대한 평가적 사고 내용으로 구성되게 된다(Kwon, 1992). 이러한 인지모델은 인간의 행복 또는 삶의 질이 물질적이고 환경적인 외부요인 뿐만아니라 그러한 외부요인을 대하는 내적인 태도나 신념 등의 성격적 요인에 의해 영향받는다는 것을 시사한다.

## VII. 한국 청소년의 삶의 질에 대한 경험적 연구

한 사회의 구성원들이 느끼고 있는 행복의 정도나 그에 영향을 미치는 요인들에 대한 연구가 필요함에도 불구하고, 우리나라에서는 1981년에 신도철에 의한 연구가 발표된 적이 있었을 뿐 삶의 질에 대한 연구가 미흡했다. 그러나 최근에 일련의 연구를 통해 한국인의 삶의 질에 대한 연구가 활발해지고 있다. 조명한과 김정오(1993)는 삶의 질 척도를 사용하여 한국 성인 420명에 대한 연구를 실시한 바 있다.

본 연구는 한국 청소년을 대상으로 그들의 삶의 질은 조사하고자 했다. 구체적으로 본연구에서는 첫째, 한국 청소년의 삶의 질을 알아보기 위해 그들의 삶에 대한 만족도와 정서상태를 살펴 보았고, 둘째, 한국 청소년의 삶에 대한 만족도와 정서상태, 특히 긍정적 정서와 부정적 정서의 관계를 알아보고자 했으며, 마지막으로, 한국 청소년의 삶에 대한 만족도와 정서상태에 대한 경제적 요인과 인지적 요인의 영향력을 비교함으로써 삶의 질에 대한 인지모델을 검증하고자 했다.

본 연구에 사용된 자료는, 서울대학교 사회과학연구소가 1993년 7월 1일부터 1993년 7월 14일까지 2주일에 걸쳐 전국에 거주하는 연령 13세부터 24세에 이르는 청소년 남녀 1,600명을 대상으로 수집한 것이다. 이 조사는 면접자가 직접 응답자에게 문항내용을 설명하여 응답자의 의견을 묻는 면접조사를 원칙으로 하였으나, 조사상황에 따라 자기기입방식도 병행사용하였다. 이 두 조사방식간의 차이를 줄이기 위해, 자기기입방식을 사용한 경우라도 가급적 면접자와 응답자가 질문지를 같이 읽으면서 기재하도록 하였다.

본 연구에서는 응답자의 성별, 나이, 재학중인 학교, 형제관계, 가족소득, 아버지의 직업, 거주지역 등에 대한 정보 외에 삶의 질 척도, 다면적 정서형 용사 척도, 역기능적 태도척도, 자동적 사고척도 등이 사용되었다.

수집된 자료는 질문지 검토, 편집, 부호화를 거친후에 서울대학교 전자계산소의 IBM 대형기종에 수록된 SPSS프로그램 및 서울대학교 사회과학연구소의 IBM 호환용 PC에 수록된 SPSS/PC<sup>+</sup>프로그램을 사용하여 분석·처리되었다.

### 1. 한국 청소년의 삶의 질

청소년의 삶의 질은 조명한, 최명, 이천표, 김상균 및 김정오(1993)가 제작한 삶의 질 척도로 측정되었다. 이 척도는 조명한 등이 Shaver와

Freedman(1976)의 문항들을 참고하여 제작한 삶의 질 일반검사로서 생활일반에 관한 전반적인 만족도에 근거하여 삶의 질을 측정하도록 제작되었다. 이 척도는 여덟 개의 문항으로 구성되어 있으며 각 문항은 7점 척도(매우 불만이다 - 3점, 중간이다 0점, 매우 만족한다 3점)상에서 평정된다. 이 검사는 이미 신뢰도와 타당도가 검증되어 있고 한국 성인의 규준재료가 마련되어 있으므로 우리 청소년들을 대상으로 매우 유익하게 쓰일 수 있다. 이 검사는 요인 분석 결과 두 요인으로 구성되어 있는 것으로 나타났다. 요인 1은 목표, 노력 또는 타인과 같은 준거기준에 비추어본 만족감을 측정하는 6문항으로 구성되어 있으며 “준거기준에 따르는 만족감” 요인이라고 불린다. 요인 2는 행복감의 실제 체험자체를 측정하는 2문항으로 구성되어 있으며 “총체적 행복감”이라 명명된다.

삶의 질 척도에 대한 청소년들의 응답결과는 <표 1>에 제시되어 있다. 한국 청소년의 삶의 질에 대한 전체평균은 .25로서 다소 긍정적인 것으로 나타났다. 특히 요인 1인 준거기준에 따른 만족감보다는 요인 2인 총체적 행복감 점수가 .40으로 높은 것으로 나타났다. 좀더 세밀하게 여러가지 인구학적 변인에 따른 집단별 삶의 질을 살펴보기로 한다. 각 집단간의 차이는 ONEWAY ANOVA에 의한 F검증을 거쳤으며, 유의미한 차이를 보인 경우에는 Scheffe검증에 의한 다중비교검증을 하였다. 통계적으로 유의미한 차이를 보인 결과를 중심으로 한국 청소년이 경험하는 삶의 질의 양상을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 성별에 있어서 여자청소년이 남자청소년에 비해 삶의 질 전체점수에서 떨어지는 것으로 나타났다. 아울러 여자청소년들은 친구, 친척, 같은 처지의 사람, 자신의 인생목표, 자신의 노력과 기대수준등의 준거기준에 따르는 만족감을 반영하는 삶의 질 요인 1점수에서도 남자청소년보다 낮은 점수를 보였다. 이러한 결과는 여자청소년이 남자청소년에 비해 ‘동성친구와의 관계’와 ‘자신의 습관 태도’에서 더 많은 스트레스를 경험한다는 황정규(1992)의 연구결과와 일치하는 것이다. 그러나 황정규(1992)의 연구에서는 남자청소년들이 ‘학교생활’에서 받는 스트레스는 여자청소년보다 더 많은 것으로 보고되었다. 본 연구에서 시도된 바와 같이, 청소년들의 생활영역 전반을 포함한 전반적인 삶의 질에서는 여자청소년이 남자청소년에 비해 떨어지는 것으로 보이나, 세부적인 생활사건영역 면에서는 남녀 청소년간의 차이패턴이 다를 수 있을 것으로 보인다.

둘째, 연령에 있어서는 16~18세 청소년집단이 13~15세 청소년집단과 19~21세 청소년집단보다 그 삶의 질이 떨어지는 것으로 나타났다. 아울러 재학

〈표 1〉 청소년의 삶의 질 분포

사회·인구학적 변인	응답자 수	삶의 질 전체		삶의 질 요인 1		삶의 질 요인 2	
		평균	표준 편차	평균	표준 편차	평균	표준 편차
전체	(1600)	.25	.93	.20	.99	.40	1.20
성별	남자	(880)	.31	.93	.28	1.00	.43
	여자	(720)	.16	.91	.11	.97	.36
연령	13~15세	(609)	.33	.86	.30	.91	.45
	16~18세	(607)	.11	.96	.07	1.03	.26
	19~21세	(259)	.34	.95	.29	1.02	.55
	22~24세	(125)	.26	.98	.19	1.02	.52
각급학교	중학교	(569)	.36	.85	.33	.91	.47
	인문고교	(355)	-.03	.95	-.09	1.03	.16
	실업고교	(229)	.29	.91	.25	.95	.43
	전문대학	(90)	.18	.94	.06	1.02	.63
	대학교	(258)	.39	.93	.34	.99	.58
	직업훈련원	(99)	.17	1.01	.19	1.10	.10
형제관계	혼자	(45)	.24	.95	.19	1.06	.41
	첫째	(573)	.27	.93	.21	.99	.46
	중간	(411)	.20	.94	.17	1.01	.28
	막내	(549)	.26	.92	.21	.99	.42
가족소득	71만원 이하	(214)	.17	.91	.14	.96	.29
	72~95만원	(161)	.30	.95	.24	1.03	.44
	96~119만원	(240)	.19	.92	.16	.99	.31
	120~143만원	(231)	.30	.92	.25	.98	.46
	144~167만원	(158)	.20	.87	.16	.93	.36
	168~239만원	(262)	.23	.97	.15	1.04	.52
	240만원 이상	(233)	.40	.89	.37	.95	.48
아버지직업	전문관리직	(428)	.23	.97	.17	1.04	.47
	사무직	(289)	.23	.95	.17	1.01	.39
	판매서비스직	(251)	.25	.85	.20	.92	.43
	생산직	(255)	.30	.94	.27	.99	.38
	농림어업직	(217)	.29	.85	.27	.94	.35
	미취업	(44)	.12	1.01	.10	1.12	.25
거주지역	서울	(411)	.16	.95	.12	1.00	.30
	인천·경기·강원	(314)	.24	.88	.18	.94	.42
	대전·충남·충북	(172)	.24	1.05	.19	1.14	.42
	광주·전남·전북	(220)	.13	.92	.11	.99	.22
	대구·경북	(199)	.26	.87	.20	.93	.45
	부산·경남	(284)	.46	.88	.42	.96	.59
							1.17

중인 학교에 있어서는 인문고교에 재학중인 청소년이 중학교, 실업고교, 대학교에 재학중인 청소년보다 삶의 질 전체점수와 요인 1의 점수에서 떨어지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 인문계 고등학교에 재학중인 16~18세 청소년들의 삶의 질이 가장 떨어지는 것을 의미하며 이러한 청소년집단이 대학입시를 관련된 공부에 대한 압박감을 가장 많이 받고 있기 때문일 것으로 보여진다. 그러나 황정규(1992)의 연구에 따르면, '학교생활'에서 받는 스트레스는 중학생이 가장 높고 인문계 고등학생, 실업계 고등학생 순이었으며, '자신의 습관 태도 심리'에서는 받는 스트레스는 실업계 고등학생, 인문계 고등학생, 중학생 순이었고 '가족관계 가정생활'에서 받는 스트레스는 실업계 고등학생이 가장 높고, 중학생, 인문계고등학생 순으로 나타났다. 본 연구와 황정규(1992)의 연구는 연구목적과 연구방법에 있어서 차이가 있기 때문에 결과의 직접적인 비교가 가능하지는 않으나, 황정규(1992)의 연구결과는 인문계 고등학생이 여러 생활사건 영역에서 받는 스트레스가 상대적으로 적음을 시사하고 있어서 본 연구의 결과와는 차이를 보이는 것이다.

아울러 본 연구에서 밝혀진 또 다른 한 결과는 재학중인 학교에 있어서 직업훈련원에 다니는 청소년들이 삶의 질 척도의 요인 2인 총체적 행복감에 있어서 가장 낮았고 그 다음으로 인문고교에 재학중인 청소년이 낮게 나타났다. 이러한 결과는 '지난 6개월간의 행복도'와 '최근의 생활만족도'로 구성된 총체적 행복감에서는 직업훈련원에 다니는 청소년의 삶의 질이 가장 떨어지는 반면, 친구, 친척, 같은 처지의 사람, 자신의 인생목표, 자신의 노력과 기대 수준등의 구체적 준거기준에 따른 만족감에 있어서는 인문계 고등학생이 가장 낮은 삶의 질을 보이고 있다는 것을 의미한다.

셋째, 거주지역에 있어서 부산·경남지역에 거주하는 청소년들의 삶의 질이 가장 높게 나타난 반면, 전라지역과 서울지역에 거주하는 청소년들은 가장 낮은 삶의 질 점수를 보였다. 거주지역에 따른 청소년의 삶의 질을 조사한 과거의 연구가 전무한 상태이므로 이러한 결과를 해석하기가 어려우나, 청소년의 삶의 질이 거주지역의 정치적 또는 사회문화적 특성과 무관하지 않음을 시사하는 것으로 보여진다.

넷째, 가족소득액에 있어서 71만원 이하의 가족소득액을 보인 청소년집단이 삶의 질 전체점수상에서 가장 낮은 점수를 보이고 240만원 이상의 가족소득액을 보인 청소년집단이 가장 높은 점수를 보였으나 집단간에 통계적으로 유의미한 차이는 없었다. 아울러 아버지의 직업이나 형제서열에 따른 청소년의 삶의 질에는 차이가 없었다.

이러한 결과를 종합하면, 자신의 삶에 가장 만족하는 청소년은 남자이면서

〈표 2〉 자신의 삶의 질에 대한 반성 빈도별 삶의 질 점수

삶의 질 생각빈도	삶의 질			응답자비율(%)
	전체	요인 1	요인 2	
늘 생각한다	.03	.04	.03	14.1
자주 생각한다	.19	.15	.33	41.1
가끔 생각한다	.38	.32	.58	41.3
거의 생각하지 않는다	.17	.07	.51	3.6

13~15세 또는 19~21세 사이의 나이에 속해 있고 중학교나 실업계 고등학교에 재학하고 있으며 부산·경남지역에 거주하고 있는 청소년으로 나타났다. 반면, 자신의 삶에 가장 불만스러워하는 청소년은 여자이면서 16~18세 사이의 나이에 속해 있고 인문계 고등학교에 재학하고 있으며 서울지역이나 전라 지역에 거주하고 있는 청소년인 것으로 나타났다.

마지막으로, “자신의 삶의 질이 좋은지 나쁜지를 얼마나 자주 생각하는가?”라는 물음에 대한 청소년들의 반응이 〈표 2〉에 제시되어 있다. 청소년의 14.1%가 ‘늘 생각한다’, 41.1%가 ‘자주 생각한다’, 41.3%가 ‘가끔 생각한다’, 그리고 3.6%는 ‘거의 생각하지 않는다’고 응답하였다. 이러한 결과는 청소년의 과반수 이상이 자신의 삶의 질에 대해 자주 생각한다는 것을 보여주며, 한 가지 흥미로운 결과는 삶의 질에 대해 ‘늘 생각한다’고 응답한 청소년들의 삶의 질이 떨어지는 것으로 나타난 점이다.

## 2. 한국 청소년의 정서상태

황정규(1990: 1992)는 중고등학교에 재학중인 청소년들이 스트레스를 경험할 때 느끼는 정서를 중심으로 청소년들의 정서에 대해 조사연구한 바가 있다. 그의 연구에 따르면, 청소년들은 스트레스를 경험할 때 후회감(12.1%), 신경질 남(11.7%), 화가 남(9.4%), 불쾌함(7.6%), 죽고 싶음(6.7%), 미움(6.3%), 슬픔과 허무감(각각 6.2%) 순으로 나타났다. 아울러 고등학생들의 경우 학교성적과 관련해서 스트레스를 받을 때 죽이고 싶은 감정, 미움, 분노 등을 심하게 겪는다고 보고한 바 있다(황정규, 1990).

본 연구에서는 청소년의 전반적인 정서상태를 보다 직접적으로 측정하기 위해 다면적 정서형용사검사(The Multiple Affect Adjective Check List: MAACL)를 사용하였다. 이 척도는 임상적으로 중요한 의미를 갖는 부정적 정서, 즉 불안, 우울, 적대감을 측정하기 위해 Zuckerman과 Lubin(1965)에 의해 개발되었다. 이 척도는 본 연구를 위해 번역되었으며 번역과정은 영

어와 한국어에 능통한 2사람에 의해 번역되었고 두 사람간에 일치되지 않는 부분은 두 사람간의 논의를 거쳐 합의에 도달한 번역내용을 택하였다. 이 척도는 3가지 부정적 정서의 각각을 반영하는 형용사와 그와는 반대되는 정서를 나타내는 형용사로 구성되어 있으며 각 부정적 정서의 총점을 계산할 때는 후자의 형용사점수를 역환산하여 전자의 형용사점수와 합산하도록 되어 있다. 불안은 11개의 불안정서 형용사(예: 두렵다, 초조하다)와 10개의 평정정서 형용사(예: 차분하다, 침착하다)로 측정되며, 우울은 20개의 우울정서 형용사(예: 울적하다, 의기소침하다)와 19개의 명랑정서 형용사(예: 생기있다, 적극적이다)로 측정되고, 적개심은 16개의 적개심정서 형용사(예: 화나다, 감정이상하다)와 12개의 우호성 정서 형용사(예: 친근하다, 동정적이다)로 측정된다. 따라서 이 척도는 본래 부정적 정서를 측정하기 위해 개발된 것이지만, 이 척도는 양극성을 지니며 긍정적 정서의 평가를 위해서 사용될 수 있다. 이 척도에서는 12개의 정서점수가 계산된다. 단일정서점수는 평정점수, 불안점수, 명랑점수, 우울점수, 우호성점수, 적개심점수의 6개이고 그 외에 불안전체점수(불안점수-평정점수), 우울전체점수(우울점수-명랑점수), 적개심전체점수(적개심점수-우호성점수), 긍정정서점수(평정점수+명랑점수+우호성점수), 부정정서(불안점수+우울점수+적개심점수), 부정정서전체점수(부정정서점수-긍정정서점수)가 있다.

청소년의 정서상태에 대한 결과가 <표 3>에 제시되어 있다. 성별에 있어서 평정, 명랑, 우호성, 그리고 긍정정서전체에 있어서는 남녀간 차이가 없었으나 불안, 우울 및 부정적 정서 전체에서는 여자청소년들이 남자청소년들보다 높게 나타났다. 황정규(1992)의 연구에서도 여학생들은 스트레스를 경험할 때 슬픔(울고 싶음), 사람이 싫어짐, 신경질 남, 죽고 싶음 등의 퇴행적 정서반응을 많이 나타내는 것으로 보고되었다. 반면, 남학생들은 스트레스를 경험할 때, 화나 분노감을 많이 느끼는 것으로 보고되었으나 본 연구에서는 적개심에 있어서 남녀간 차이가 없었다.

나이에 있어서 19~21세사이의 청소년이 16~18세 사이의 청소년보다 더 안정되어 있으며, 16~18세와 22~24세의 청소년이 13~15세의 청소년보다 더 우울한 것으로 나타났다. 우호성에 있어서는 19~21세의 청소년이 13~15세와 16~18세의 청소년보다 높았으며, 긍정적 정서전체에서는 19~21세의 청소년이 16~18세의 청소년보다 높은 것으로 나타났다.

재학중인 학교별에 있어서는 전문대학에 재학중인 청소년이 인문고교에 재학중인 청소년보다 더 안정되어 있는 것으로 나타났으며 인문고교, 실업고교, 직업훈련원, 전문대학에 재학중인 청소년들이 중학교에 재학중인 청소년보다

〈표 3〉 한국청소년의 긍정적 정서 및 부정적 정서의 분포

사회 · 인구학적 변인	MAACL							
	평정	불안	명랑	우울	우호성	적개심	긍정 정서	부정 정서
전체	3.21	2.46	6.54	4.37	5.50	2.66	15.26	9.49
성별	남자	3.27	2.09	6.62	3.85	5.44	2.60	15.34
	여자	3.15	2.90	6.44	5.00	5.57	2.75	15.17
연령	13~15세	3.23	2.52	6.60	3.85	5.06	2.73	14.91
	16~18세	3.00	2.55	6.30	4.73	5.51	2.72	14.82
	19~21세	3.64	2.25	6.86	4.57	6.25	2.55	16.75
	22~24세	3.30	2.21	6.75	4.77	5.96	2.32	16.01
각급학교	중학교	3.21	2.50	6.63	3.74	5.05	2.74	14.90
	인문고교	2.88	2.56	6.03	4.69	5.42	2.73	14.34
	실업고교	3.26	2.68	6.63	4.88	5.62	2.56	15.51
	전문대학	3.92	2.37	7.33	5.02	7.06	2.72	18.31
	대학교	3.41	2.18	6.84	4.45	5.95	2.35	16.20
	직업훈련원	3.18	2.19	6.16	4.81	5.41	3.04	14.75
형제관계	혼자	3.56	3.02	6.16	4.44	4.40	3.60	14.11
	첫째	3.23	2.40	6.61	4.00	5.67	2.43	15.52
	중간	3.15	2.52	6.58	5.08	5.54	2.82	15.28
	막내	3.22	2.44	6.48	4.22	5.40	2.71	15.11
가족소득	71만원 이하	2.83	2.86	5.89	4.85	5.08	2.88	13.83
	72~95만원	3.48	2.43	6.88	4.36	5.88	2.43	16.24
	96~119만원	3.17	2.27	6.12	3.99	5.33	2.28	14.62
	120~143만원	3.16	2.40	6.68	3.94	5.43	2.49	15.28
	144~167만원	3.21	2.52	6.49	4.51	5.65	2.99	15.34
	168~239만원	3.45	2.44	6.89	4.69	5.80	2.67	16.14
	240만원 이상	3.35	2.39	6.99	4.41	5.57	2.99	15.92
아버지직업	전문관리직	3.35	2.35	6.73	4.20	5.57	2.50	15.65
	사무직	3.22	2.42	6.44	4.26	5.25	2.65	14.92
	판매서비스직	3.35	2.47	6.82	4.48	5.86	2.79	16.07
	생산직	3.19	2.72	6.50	4.76	5.63	2.74	15.32
	농림어업직	3.13	2.46	6.68	4.35	5.75	2.62	15.59
	미취업	2.84	2.66	5.91	4.84	4.93	3.00	13.68
거주지역	서울	3.05	2.37	6.19	4.31	5.21	2.67	14.46
	인천 · 경기 · 강원	3.25	2.62	6.60	4.52	5.61	2.82	15.47
	대전 · 충남 · 충북	3.22	2.76	6.44	4.65	5.47	2.66	15.12
	광주 · 전남 · 전북	2.92	2.54	5.91	4.71	5.16	2.79	14.01
	대구 · 경북	3.36	2.38	6.86	3.97	5.80	2.33	16.03
	부산 · 경남	3.54	2.24	7.30	4.16	5.83	2.62	16.67
	제주도	3.20	2.50	6.55	4.48	5.70	2.75	15.80

더 우울한 것으로 밝혀졌다. 그리고 우호성에 있어서는 대학교, 전문대학에 재학중인 청소년이 중학교에 재학중인 청소년보다, 그리고 전문대학에 재학중인 청소년이 인문고교, 실업고교에 재학중인 청소년보다 높은 것으로 나타났다. 긍정적 정서 전체에서는 전문대학에 재학중인 청소년이 중학교, 인문고교에 재학중인 청소년보다 높았다.

형제관계에 있어서 형제서열 중간에 있는 청소년이 첫째나 막내보다 높은 우울점수를 보였다. 그리고 부정적 정서 전체에 있어서 형제자매가 없는 독신 이거나 형제서열 중간에 있는 청소년들이 첫째인 청소년보다 높은 점수를 보였다.

가족소득과 아버지의 직업에 있어서는 집단간에 통계적으로 유의미한 차이를 보이지 않았다. 거주지역에 있어서는 부산·경남지역에 살고있는 청소년이 서울이나 전라지역에 거주하고 있는 청소년보다 더 명랑하였고, 다른 집단들에 비해 더 긍정적인 정서를 갖고 있는 것으로 드러났다.

## VII. 삶의 질과 정서상태간의 관계

삶의 질이나 행복에 대한 현대적 정의에 따라 본 연구에서는 청소년 자신의 삶에 대한 만족도와 정서상태를 측정하였다. 삶에 대한 만족도는 전반적인 삶에 대한 인지적 평가를 반영하는 데 삶의 질의 구조 중 인지적 측면을 잘 나타내는 반면, 정서상태는 삶의 질의 구조 중 정서적 측면을 반영한다. 삶의 질에 대한 이러한 두 가지 다른 측면들간의 관계에 대해서 알아보는 것이 삶의 질의 구조를 이해하는데 중요하다.

<표 4>에 삶의 질 척도의 세 점수와 MAACL의 정서점수간의 상관계수가 제시되어 있다. 삶의 질에 대한 전체 점수, 요인 1인 준거에 따른 만족감, 요인 2인 총체적 행복감은 모든 정서점수와 통계적으로 유의미한 상관을 보였다. 삶의 질 점수들은 긍정적 정서와는 정적인 상관을 부정적인 정서와는 부적인 상관을 보였다. 상관계수상으로는 우호성-적개심의 정서는 삶의 질 점수와 상관정도가 다소 낮은 것으로 나타났으며, 단독점수로는 우울점수가 삶의 질에 대한 세 점수 모두와 가장 높은 상관을 보였다.

개인의 정서상태를 측정할 때 긍정적 정서와 부정적 정서간의 상관관계에 대한 논란이 많다. 어떤 연구자들(Bradburn, 1969; Kessler and Cleary, 1980; Warr, Barter and Brownbridge, 1983)은 긍정적 정서와 부정적 정서가 독립적이라는 연구결과를 보고하고 있고 다른 연구자들(Beck and Beamesderfer, 1974; Goldberg, 1972; Zung, 1974)은 두 정서간에 강

한 역상관관계가 있다고 주장한다. 본 연구에서는 긍정적 정서를 평정, 명랑, 우호성으로 부정적 정서를 불안, 우울, 적개심으로 세분하여 청소년의 정서상태를 평가하였다. 이러한 여러 가지 정서간의 관계를 살펴보는 일은 흥미로운 일이다. MAACL에서 측정된 여러 가지 정서점수들간의 상관계수가 〈표 5〉에 제시되어 있다. 평정, 명랑, 우호성, 그리고 긍정적 정서 전체간에는 매우 높은 정적인 상관관계가 있었고 불안, 우울, 적개심, 그리고 부정적 정서 전체간에도 역시 매우 높은 정적인 상관관계가 있었다. 이 결과에서 가장 주목할 점은 긍정적 정서와 부정적 정서간에 거의 상관관계가 없는 독립적인 관계에 있는 것으로 나타났다는 것이다. 〈표 5〉에서 보여지듯이, 평정과 불안, 명랑과 우울, 우호성과 적개심, 그리고 긍정적 정서와 부정적 정서는 각각 내용상으로 서로 상반되는 정서임에도 불구하고 거의 관계가 없는 것으로 나타났다. 이는 긍정적 정서와 부정적 정서간의 독립성을 지지하는 과거의 연구

〈표 4〉 한국청소년의 삶의 질과 정서의 측정요인간의 상관

정 서	삶의 질		
	전체	요인 1	요인 2
평 정	.26*	.21*	.26*
불 안	-.24*	-.21*	-.22*
명 랑	.26*	.22*	.25*
우 울	-.28*	-.24*	-.28*
우호성	.18*	.16*	.17*
적개심	-.18*	-.16*	-.17*
긍정정서	.26*	.22*	.25*
부정정서	-.27*	-.23*	-.26*

\*Pearson 상관계수의 유의도 수준  $p < .01$ .

〈표 5〉 한국청소년의 정서점수들간의 상관관계

	평정	불안	명랑	우울	우호성	적개심	긍정정서
불 안	.01						
명 랑	.75**	.02					
우 울	-.05	.71**	-.04				
우호성	.69**	.01	.69**	-.01			
적개심	.03	.63**	.06	.67**	-.02		
긍정정서	.88**	.01	.92**	-.04	.89**	.02	
부정정서	-.01	.85**	.01	.93**	-.01	.86**	-.01

\*Pearson 상관계수의 유의도 수준  $p < .05$ .

\*\*Pearson 상관계수의 유의도 수준  $p < .01$ .

(Bradburn, 1969; Warr *et al.*, 1983)와 일치하는 결과로서, 삶의 질을 정서상태에 의거하여 평가할 때 긍정적 정서의 정도가 부정적 정서의 정도를 간접적으로나마 반영해 줄 수 없으므로, 두 가지 정서상태에 대한 측정이 필요함을 시사한다. 나아가서 삶의 질을 결정하는 것은 긍정적 정서와 부정적 정서 중 어느 하나보다는 이 두 정서간의 비율 또는 차이가 오히려 중요한 지표일 것으로 보여진다.

### VIII. 삶의 질에 대한 인지적 설명모형의 탐색적 검증

본 연구에서는 앞에서 제안한 삶의 질에 대한 인지적 설명모델을 탐색적으로 검증하고자 했다. 삶의 질, 즉 삶에 대한 만족도와 정서상태를 예언하는데 있어서 청소년이 속한 가족의 소득이라는 객관적 상황요인과 역기능적 신념이라는 인지적 성격요인의 역할을 분석해 보고자 했다. 나아가서 이러한 두 가지 요인이 청소년 자신, 미래, 그리고 주변환경에 대한 인지적 평가를 반영하는 자동적 사고에 의한 인지적 매개과정을 거쳐 삶의 질에 영향을 미치는지도 함께 탐색되었다.

가족소득에 대한 자료는 응답자로부터 직접 얻어졌으며 역기능적 신념은 역기능적 태도척도(Dysfunctional Attitudes Scale)에 의해 측정되었다. 이 척도는 삶속에서 직면하게 되는 크고 작은 생활사건의 의미를 해석하는 바탕이 되는 삶에 대한 신념들을 평가하기 위해 Weissman과 Beck(1978)가 제작한 것이다. 본 연구에서는 Kwon(1992)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 융통성없고 완벽주의적이며 당위적인 부적응적 신념을 나타내는 40문항으로 구성되어 있으며 피검자는 각 문항에 대한 동의 및 반대의 정도에 따라 7점 척도(매우 동의한다 +3점, 그저 그렇다 0점, 매우 반대한다 -3점)상에서 평정한다. 문항의 예로는 '행복해지기 위해서 사람은 잘 생기고 돈 많고 머리가 좋아야 한다', '한 인간의 가치는 다른 사람의 평가에 달려있다', '타인에게 도움을 청하는 것은 나의 나약함을 나타내는 일이다' 등이 있다. 우울증에 대한 인지이론(Beck *et al.*, 1979; Beck, 1983)은 역기능적 태도 척도의 점수가 높은 사람은 우울증에 걸릴 취약성 및 소질이 높은 사람을 의미한다고 주장하며, 이를 지지하는 여러 경험적 연구들(예: Kovacs and Beck, 1978)이 보고된 바 있다.

자기자신, 자신의 미래, 그리고 자신의 주변환경에 대한 인지적 평가를 반영하는 자동적 사고를 측정하기 위해 Kwon(1992)이 번역한 자동적 사고척도(Automatic Thoughts Questionnaire)를 사용하였다. 이 척도는

Hollon과 Kendall(1980)이 우울증과 관련된 자동적 사고를 측정하기 위해 제작한 것으로서 30문항으로 구성되어 있다. 문항의 예로는 ‘나는 가치없는 인간이다’, ‘나는 인생의 패배자다’, ‘나는 미래에 대한 희망이 없다’, ‘세상이 나를 힘들게 하는 것으로 느껴진다’ 등이 있다. 각 문항은 지난 한 주 동안 이러한 생각이 얼마나 자주 떠올랐는지를 5점 척도(전혀 0점, 가끔 1점, 종종 2점, 자주 3점, 항상 4점)로 평정하게 되어 있다.

가족소득, 역기능적 신념, 자동적 사고의 예언변인과 삶의 질 점수, 정서점수간의 상관계수가 <표 6>에 제시되어 있다. 가족소득은 명랑정서 및 긍정적 정서전체와 약한 상관을 보였고 삶의 질 점수나 다른 정서점수와는 상관을 보이지 않았다. 반면 역기능적 신념은 삶의 질 점수와 모든 정서점수와 유의미한 상관을 보였다. 특히 자동적 사고는 모든 점수와 높은 상관계수를 보이고 있다. 자동적 사고가 역기능적 신념보다 삶의 질 및 정서의 각 측정치와 더 높은 상관을 보이고 있는 이유는, 인지모형에서 시사하고 있듯이, 삶의 질과 정서상태를 결정하는 데 있어서 자동적 사고가 역기능적 사고보다 더 근접적인(Proximal) 유발요인이기 때문인 것으로 보인다.

인지적 설명모형에서 제안했듯이, 가족소득, 역기능적 신념, 그리고 자동적 사고가 삶의 질과 정서상태를 예언하는 정도를 알아보기 위해 경로분석(path analysis)를 시행하였다. 그 결과가 <그림 3>에 경로계수(path coefficient)와 함께 제시되어 있다. 삶의 질에 대한 인지모형의 핵심적 가정은 두 가지로 요약될 수 있다. 첫째, 삶의 질이 자동적 사고에 의해 가장 잘 설명될 것이다. 둘째, 자동적 사고는 가족소득과 역기능적 신념의 상호작용에

<표 6> 한국청소년의 삶의 질과 정서상태의 측정요인간의 상관

삶의 질 및 정서점수	가족소득	역기능적 신념	자동적 사고
삶의 질 전체	.06	-.15**	-.42**
삶의 질 요인 1	.05	-.12**	-.37**
삶의 질 요인 2	.04	-.16**	-.40**
평정	.05	-.15**	-.27**
불안	-.03	.12**	.36**
명랑	.08**	-.15**	-.26**
우울	-.01	.11**	.42**
우호성	.04	-.17**	-.20**
적개심	.03	.14**	.27**
긍정정서	.06*	-.17**	-.27**
부정정서	.01	.14**	.41**

\*Pearson 상관계수의 유의도 수준  $p < .05$ .

\*\*Pearson 상관계수의 유의도 수준  $p < .01$ .

의해 가장 잘 예측될 것이다.

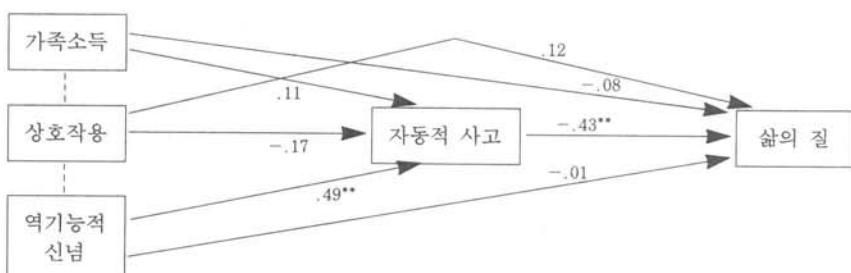
경로분석결과, <그림 3>에서 보여지듯이, 삶의 질 전체점수는 여러 예언변수 중에서 자동적 사고점수에 의해서만 유의미하게 예언되었다. 이러한 결과는 삶의 질에 대한 인지모델의 첫번째 가정을 입증하는 결과이다.

그러나 자동적 사고는 역기능적 신념에 의해서 유의미하게 예언된 반면, 가족 소득과 역기능적신념의 상호작용에 의한 자동적 사고의 설명력은 매우 미약하였다. 이러한 결과는 인지적 설명모형의 두번째 가정을 지지하지 않는 것이다.

요컨대, 가족소득이라는 환경적 요인은 삶의 질이나 자동적 사고를 설명하는데 적절한 변수로 작용하지 못했으며, 오히려 역기능적 신념이라는 인지적인 성격요인이 자동적 사고와 삶의 질을 설명하는 유력한 변수임을 시사하는 것이다. 아울러 역기능적 신념은 직접적인 경로보다는 자동적 사고에 의한 매개를 통해 간접적인 경로로 삶의 질에 영향을 미치는 것으로 보여진다.

아울러, 이러한 인지적 설명모형은 삶의 질 전체점수의 변량 중 18%를 설명하였다. 인지모델에 대한 경로분석은 삶의 질 요인점수와 정서점수를 종속변수로 하여 이루어졌으나 위에서 언급한 결과와 거의 같은 패턴을 보였다.

이러한 결과를 종합해 보면, 삶의 질에 대한 인지적 설명모형은 본 연구의 경험적 자료에 의해 부분적으로 입증된 것으로 보여진다. 즉 인지적 모형이 예언하였듯이, 자동적 사고라는 인지적 요인에 의해 삶의 질이 매개된다는 가정은 강력하게 지지되었다. 그러나 가족소득이라는 환경적 요인과 역기능적 신념이라는 인지적 성격요인이 상호작용하여 자동적 사고를 유발하리라는 가정은 입증되지 못하였다. 우선 이러한 결과에서 특이한 점은 가족소득이 삶의 질이나 자동적 사고에 매우 미약한 예언력을 가지고 있다는 점이다. 인지적 설명모형을 좀더 적절하게 검증하기 위해서는 청소년의 삶의 질에 영향을 미



주: \*\*경로계수의 유의도  $p < .01$ .

〈그림 3〉 삶의 질에 대한 인지적 설명모형의 경로분석 결과

치는 좀 더 포괄적이고 구체적인 환경적 요인들이 포함되어야 할 것으로 보여진다. 예를 들면 학업성적, 가족구성원과의 관계, 친구 및 이성과의 관계, 건강, 여가활동 등의 구체적인 생활사건들이 삶의 질을 설명하는 보다 영향력 있는 환경적 요인이 될 것으로 생각된다.

## IX. 요약 및 결론

본 연구는 경험적 자료를 통해 한국청소년의 삶의 질에 대해 이해해 보고자 했다. 본 연구에서 밝혀진 결과들을 요약하면 다음과 같다.

첫째, 여자청소년이 남자청소년보다 삶에 대한 만족도와 불안, 우울 등의 부정적 정서지표에 있어서 일관성있게 삶의 질이 낮은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 추후연구를 통해 이러한 결과가 나타난 구체적인 이유가 밝혀져야 하겠지만, 우리나라가 아직도 남성위주의 사회문화적 구조를 가지고 있으며 성장기에 있는 여자청소년에게도 부정적인 영향을 주고 있다는 것을 반영한다. 가정, 학교, 사회 등에서 나타나는 남녀간의 사회제도적 불평등구조와 성 역할 및 성 정체성에 대한 심리적 불균형구조가 여자청소년들의 삶의 질을 상대적으로 저하시키고 있는 것으로 추정된다.

두번째로 지적되어야 할 점은 인문계고등학교에 재학중인 16~18세 사이의 청소년들의 삶의 질이 현저하게 저하되어 있다는 점이다. 이러한 집단의 청소년들이 대학입시를 준비하고 있는 학생집단으로서 공부에 대한 긴장과 스트레스가 반영된 것으로 생각된다. 이는 우리나라의 교육제도와 관련된 문제로서 현행 대학입학제도가 청소년에게 심각한 부정적인 영향을 미치고 있음을 극명하게 나타내는 것이다.

셋째로 서울지역 및 전라지역에 거주하는 청소년들의 삶의 질이 대체로 저하되어 있는 반면 부산·경남지역에 살고 있는 학생들의 삶의 질은 상대적으로 높게 나타났다. 이러한 결과는 쉽게 이해되지 않는 결과이지만 정치경제적 또는 문화적 상황에 대한 지역적 만족도가 청소년의 삶의 질에 영향을 미치고 있는 것으로 추정된다. 그러나 청소년들의 삶의 질이 거주지역에 따라 차이가 나는 점은 조심스럽게 구체적인 조사연구를 거쳐 이해되어야 할 것이다.

이러한 결과는 성별, 나이, 재학중인 학교, 거주지역 등이 한국청소년의 삶의 질에 영향을 미치는 주요 사회·인구학적 변인이라는 점을 시사한다. 그리고 여기서 주목할 점은 삶의 질에 커다란 영향을 미칠 것으로 보고되고 예상되어온 가족소득이 거의 삶의 질에 영향을 미치지 않는 것으로 나타난 점이다. 아울러 아버지의 직업이나 형제서열 역시 청소년의 삶의 질과 무관한 것으로

보인다.

아울러, 본 연구에서는 삶의 질에 대한 인지적 측면을 반영하는 삶에 대한 만족도와 정서적 측면을 반영하는 정서상태간의 관계가 조사되었다. 삶에 대한 만족도는 평정, 명랑, 우호성과 같은 긍정적 정서와는 정적 상관을 보인 반면, 불안, 우울, 적개심과 같은 부정적 정서와는 부적 상관을 보였다. 또한 평정, 명랑, 우호성과 같은 긍정적 정서간에는 매우 높은 상관이 있었으며, 불안, 우울, 적개심과 같은 부정적 정서간에도 역시 높은 상관이 나타났다. 특히 주목할 만한 결과는 평정, 명랑, 우호성 등의 긍정적 정서와 불안, 우울, 적개심 등의 부정적 정서는 서로간에 거의 상관이 없었다는 점이다. 이는 긍정적 정서와 부정적 정서가 서로 독립적인 관계에 있음을 의미하는 것이며, 따라서 긍정적 정서와 부정적 정서 중 어느 하나만의 평가를 통해 다른 정서 상태를 예측하는 것이 거의 불가능함을 보여준다. 이러한 결과는 청소년의 삶의 질을 그들이 경험하는 정서상태에 기준하여 평가하려고 할 때, 긍정적 정서와 부정적 정서 모두에 대한 평가와 고려가 필요함을 시사하는 것이다.

본 연구에서는 청소년의 삶의 질을 설명할 수 있는 인지적 설명모형을 제시하였다. 인지적 설명모형은 삶의 질이 청소년 개개인의 인지적 요인에 의해 크게 영향받는다는 가정에 기초한다. 즉 인지적 성격요인의 하나인 역기능적 신념이 여러가지 환경적 요인에 대한 인지적 해석에 영향을 미치고, 이러한 인지적 해석내용으로 이루어지는 자동적 사고가 매개역할을 하여 청소년들이 자신의 삶의 질을 평가하고 정서상태를 경험하는 데 중요한 역할을 한다는 것이다. 이러한 인지적 설명모형을 본 연구의 자료를 통해 탐색적으로 검증한 결과 부분적인 지지를 받았다. 청소년들이 자기자신, 자신의 미래, 주변상황에 대해 가지고 있는 자동적 사고내용이 그들의 삶의 질과 정서상태를 결정하는 중요한 매개변수임이 강력히 입증되었다. 그러나 인지적 성격요인인 역기능적 신념은 단독으로는 자동적 사고와 삶의 질에 강력한 영향을 주고 있었지만, 인지적 모형에서 가정한 것과는 달리, 환경적 요인의 하나인 가족소득과 상호작용하여 삶의 질에 영향을 미치지 못했다. 이러한 결과는 가족소득이 삶의 질에 영향을 미치는 주요 환경요인이 되지 못하였기 때문일 수 있겠다.

이러한 결과는 청소년의 삶의 질이 청소년 개개인의 신념 및 사고내용 등과 같은 인지적인 심리적 변수에 의해 크게 영향을 받는 반면, 가족소득과 같은 경제적 변수는 청소년의 삶의 질에 대한 영향력이 미약함을 보여 주는 것이다. 이러한 결과는 연구자료의 한계로 인해 조심스런 해석이 필요하지만, Campbell(1976)이 지적했듯이, 미국에서 1960-70년대에 제기되었던 경제적 인간에서 심리적 인간으로의 인간관이 변화하는 추세를 반영하는 것이 아

닌가 추측된다. 경제적 인간의 개념은 경제적 만족이 인간의 복지와 인간의 행복을 위해 가장 중요한 유일한 것이라는 신념이다. 사회내에 이러한 인간개념이 팽배해 있는 사회에서는 소득수준이 삶의 질을 반영하는 주요 지표가 될 수 있다. 그러나 인간의 기본적인 욕구가 해결되는 경제적 수준에 이른 사회나 개인은 인간관과 인생관에 변화가 오게 된다. 경제적 인간관에서 심리적 인간관으로의 변화가 일어나게 된다. 심리적 인간은 경제적 욕구에 의해서 일차적으로 움직이는 경제적 인간과는 달리 사회적 지위, 지배성, 집단동일시, 성취요구, 자기실현 등의 Maslow가 말하는 '상위의 심리적 욕구'에 의해 움직이는 인간이다. Edward C. Tolman(1941) 같은 사람은 1940년대에 이미 미국 사회는 경제적 인간의 개념에 의해 지배되는 시대는 끝났다고 선언하였다. 이러한 점은 우리 사회가 경제적 또는 물질적 풍요와 번영만으로는 사회구성원의 삶의 질을 향상시키는 데 한계가 있음을 의미한다. 삶을 보다 긍정적이고 유연하게 받아들일 수 있는 성숙된 인생관과 가치관을 육성하는 것이 사회 구성원의 삶의 질 즉 행복을 증진시키는 관건임을 우리 모두 재인식 해야 될 것이다.

### 참고문헌

김경희

- 1981 "한국 직업 청소년의 노동관과 미래관에 관한 환경 심리학적 연구." 『연세논총』 18: 87-124.

김태길

- 1977 『한국 대학생의 가치관에 관한 연구』. 서울: 서강대학교 사회문제연구소.

김형립

- 1992 "한국 청소년의 가치관." 『청소년 문화의 실상과 과제』. 성남: 한국정신문화연구원.

박영신

- 1992 "한국 청소년의 의식구조." 『청소년 문화의 실상과 과제』. 성남: 한국정신문화연구원.

서봉연

- 1975 『자아 정체감에 관한 심리학적 일 연구』. 대구: 경북대학교 대학원 박사학위논문.

- 1979 "한국과 서독청소년의 identity 발달에 관한 비교연구." 『사회연구』 2.

신도철

- 1981 "한국인의 '삶의 질' 대연구." 『정경문화』 5월호. pp.26-47.

안귀덕

- 1992 "한국 청소년의 여가 활동과 일탈 행동." 『청소년 문화의 실상과 과제』. 성남: 한국정신문화연구원.

이길홍

1992 “정신 의학 분야에서의 청소년 연구 동향과 과제.” 『청소년 연구의 동향과 과제』. 서울: 한국청소년연구원.

이중한

1989 “한국 청소년들의 ‘삶의 질’의 여건과 조건.” 『한국 청소년의 오늘과 내일』. 서울: 한국청소년연구원.

정범모

1983 “현대 사회와 청소년.” 아산사회복지사업재단 편. 『현대사회와 청소년』. pp.19-30. 서울: 아산사회복지사업재단.

조명한 · 김경동 · 강현두

1993 『청소년 문화정서지표 조사연구』. 서울: 한국문화예술진흥원 문화발전 연구소.

조명한 · 김상균

1994 『정보화 사회에서의 삶의 질에 대한 연구 Ⅱ』. 서울: 서울대학교 사회과학연구소.

조명한 · 김정오

1993 “정보화와 삶의 질: 사회활동 및 개인심리.” 『사회과학과 정책연구』 15 (3): 3-31.

조명한 · 최명 · 이천표 · 김상균 · 김정오

1993 『정보화 사회에서의 삶의 질에 대한 연구 Ⅰ』. 서울: 서울대학교 사회과학연구소.

청소년 대화의 광장

1992 『청소년 일상생활 실태조사』. 서울: 체육청소년부 청소년 대화의 광장.

황정규

1990 “한국 학생의 스트레스 측정과 형성.” 서울대학교 사범대학 편. 『사대 논총』 4.

1992 “한국 청소년의 정신건강.” 『청소년 문화의 실상과 과제』. 성남: 한국 정신문화연구원.

Andrews, F. M., and S. B. Withey

1976 *Social Indicators of Well-being: America's Perception of Life Quality*. New York: Plenum Press.

Atkinson, R.

1988 *The Teenage World: Adolescent Self-Image in Ten Countries*. New York: Plenum Press.

Beck, A. T.

1976 *Cognitive Therapy and Emotional Disorders*. New York: International University Press.

1983 “Cognitive Therapy of Depression: New Perspectives.” In P. J. Clayton and J. E. Barrett (eds.), *Treatment of Depression: Old Controversies and New Approaches*. pp.265-284. New York: Raven Press.

Beck, A. T., and A. Beamesderfer

1974 “Assessment of Depression: The Depression Inventory.” In P.

- Pichot and R. Oliver-Martin (eds.), *Psychological Measurements in Psychopharmacology*. Basel, Switzerland: Karger.
- Beck, A. T., A. J. Rush, B. F. Shaw, and G. Emery  
 1979 *Cognitive Therapy of Depression*. New York: Guilford Press.
- Bradburn, N. M.  
 1969 *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
- Braun, P. M. W.  
 1977 *Psychological Well-Being and Location in the Social Structure*. Unpublished Ph.D. dissertation submitted to University of Southern California.
- Brief, A. P., A. H. Butcher, J. M. George, and K. E. Link  
 1993 "Integrating Bottom-up and Top-down Theories of Subjective Well-Being: The Case of Health." *Journal of Personality and Social Psychology* 64: 646-653.
- Campbell, A.  
 1976 "Subjective Measures of Well-Being." *American Psychologist* 31: 117-124.
- Campbell, A., P. E. Converse, and W. L. Rodgers  
 1976 *The Quality of American Life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Costa, P. T., R. R. McCrae, and A. H. Norris  
 1981 "Personal Adjustment to Aging: Longitudinal Prediction from Neuroticism and Extraversion." *Journal of Gerontology* 36: 78-85.
- Diener, E.  
 1984 "Subjective Well-Being." *Psychological Bulletin* 95(5): 42-575.
- Goldberg, D. P.  
 1972 *The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire*. London: Oxford University Press.
- Hollon, S. D., and P. C. Kendall  
 1980 "Cognitive Self-Statements in Depression: Development of an Automatic Thoughts Questionnaire." *Cognitive Therapy and Research* 34: 383-395.
- Kendall, P. C., B. L. Howard, and R. C. Hays  
 1989 "Self-Referent Speech and Psychopathology: The Balance of Positive and Negative Thinking." *Cognitive Therapy and Research* 13: 583-598.
- Kessler, R. C., and P. D. Cleary  
 1980 "Social Class and Psychological Distress." *American Sociological Review* 45: 463-478.
- Kovacs, M. and A. T. Beck  
 1978 "Maladaptive Cognitive Structures in Depression." *American Journal of Psychiatry* 135: 525-533.
- Kwon, S.  
 1992 *Differential Roles of Dysfunctional Attitudes and Automatic*

- Thoughts in Depression: An Integrated Cognitive Model of Depression.* Unpublished Ph.D. dissertation submitted to the University of Queensland, Australia.
- Kwon, S., and T. P. S. Oei  
1992 "Differential Causal Roles of Dysfunctional Attitudes and Automatic Thoughts in Depression." *Cognitive Therapy and Research* 16: 309-328.
- Liang, J., E. Kahana, and E. Doherty  
1980 "Financial Well-Being among the Aged: A Further Elaboration." *Journal of Gerontology* 35: 409-420.
- Morawetz, D.  
1977 "Income Distribution and Self-Rated Happiness: Some Empirical Evidence." *The Economic Journal* 87: 511-522.
- Okun, M. A.  
1987 "Life Satisfaction." In G. L. Maddox (ed.), *Encyclopedia of Aging*. pp.399-401. New York: Springer.
- Seidman, E., and B. Rapkin  
1983 "Economics and Psychosocial Dysfunction: Toward a Conceptual Framework and Prevention Strategies." In R. D. Felner, L. A. Jason, J. N. Moritsugu, and S. S. Farver (eds.), *Preventive psychology*. pp.175-198. New York: Pergamon Press.
- Shaver, P., and J. Freeman  
1976 "Happiness." *Psychology Today*. pp.26-33.
- Shin, D. C., and D. M. Johnson  
1978 "Avowed Happiness as an Overall Assessment of the Quality of Life." *Social Indicators Research* 5: 475-492.
- Spreitzer, E., and E. E. Snyder  
1978 "Correlates of Life Satisfaction among the Aged." *Journal of Gerontology* 29: 454-458.
- Stock, W. A., M. A. Okun, and M. Benin  
1986 "The Structure of Subjective Well-Being among the Elderly." *Psychology and Aging* 1: 91-102.
- Stock, W. A., M. A. Okun, M. J. Haring, and R. A. Witter  
1983 "Age and Subjective Well-being: A Meta-Analysis." In R. J. Light (ed.), *Evaluation Studies: Review Annual* 8: 279-302.
- Tolman, E. C.  
1941 "Psychological Man." *Journal of Social Psychology* 14: 205-218.
- Warr, P., J. Barter, and G. Brownbridge  
1983 "On the Independence of Positive and Negative Affect." *Journal of Personality and Social Psychology* 44: 644-651.
- Weissman, A. N., and A. T. Beck  
1978 *Developmental Validation of the Dysfunctional Attitude Scale*. Paper presented at the Annual Meeting of the Association of

- Advancement of Behavioral Therapy, Chicago.
- Zuckerman, M., and B. Lubin  
1965 *Manual for the Multiple Affect Adjective Check List*. San Diago,  
California: Educational and Industrial Testing Service Publishers.
- Zung, W. W. K.  
1974 "The Measurement of Affects: Depression and Anxiety." In P.  
Pichot and R. Oliver-Martin (eds.), *Psychological Measurements in  
Psychopharmacology*. Basel, Switzerland: Karger.